Санкт-Петербургский
городской Дворец творчества юных

Поколение

#142
19/03/2013

газета для подростков, сделанная самими подростками

МЕНЮ ОТ ШЕФ-ПОВАРА

Специальное предложение

Закуски

Горячее

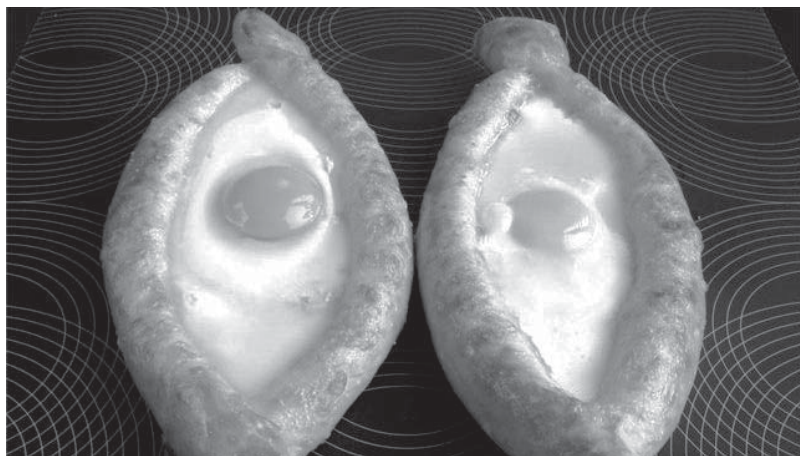
Десерт

Царица грузинской кухни

Хачапури по-аджарски — одно из многочисленных традиционных блюд грузинской кухни. Часто его называют просто — «лодочка». Пышное, обжаренное, хрустящее тесто обрамляет бассейн из расплавленного сыра и яйца. Желток, плавающий посередине, напоминает жаркое летнее солнце. Иногда становится жалко нарушать гармонию золотистой корочки и тягучего сыра. Но сразу все сомнения разрушает манящий, аппетитный запах только-только испечённого хлеба, сливающийся с ароматом сливочного сыра. Поддаваясь искушению, ты начинаешь опустошать тарелку.

Жёлтая лава постепенно начинает выходить за края теста. Хочется немедленно спасти судно, но сделать это трудно, поскольку у него есть своё правило поедания. Нужно отламывать кусочки хлеба и обмачивать их в сыре. Всегда стараешься делать это аккуратно, чтобы сыр с яйцом не вытекли за борт.

Элене ТАБУЦАДЗЕ



Пироги из труб

Войдя в дом, я почувствовала сладковато-кислый запах пирога с капустой. А когда я зашла на кухню, поняла, что он будет очень вкусным. Мало того, что пирог был румяный и пухлый, он еще имел непривычную круглую форму, похожую на панцирь улитки или какой-то лабиринт. Когда его разрезали, то увидели, что это труба, которую закрутили по спирали.

Вначале все просто смотрели на него и не решались приступить к еде, но уже через пять минут на всех тарелках лежала добавка. От вкуса обычного пирога с капустой он отличался тестом — оно было больше похоже на тесто для пиццы.

Каждый из гостей, присутствовавших в этот вечер, долго рассматривал «туннели» пирога, а потом фотографировал.

Элина НИКУЛЬШИНА

Паста по-итальянски

Летом друзья позвали нашу семью в маленький городок под Миланом. В один из вечеров хозяйка дома предложила попробовать настоящую итальянскую пасту. Я согласилась. За ужином, увидев перед собой большую миску, в которой была смесь макарон-бабочек с ярко-оранжевой морковью, сыром, тунцом и майонезом, приготовленным дома, я немного удивилась, ведь это было абсолютно не то блюдо, которое я видела в ресторанах до этого. Попробовав, я почувствовала вкус качественной пасты, на удивление прекрасно сочетавшейся с тунцом и морковью. Все дополнял резковатый вкус твердого сыра и нежного домашнего майонеза. Пусть блюдо не было оформлено подобно ресторанному, но в тот вечер, после ужина, когда все отправились спать, я поняла, что почувствовала вкус Италии.

Анна СЫНЧИКОВА

Фото: Элене ТАБУЦАДЗЕ, Элина НИКУЛЬШИНА, Варвара КРОЗ

Пражский шоколад

Было морозное рождественское утро. Величественная и роскошная Прага ещё никогда не устраивала таких морозных дней, как этот, и нужно было где-то согреться. Рядом с башней с часами я заметила низенького старичка. Он стоял рядом с небольшой и странной жёлтой машиной, от которой вкусно пахло. На вывеске было по-чешски написано: «Горячий шоколад». Дедушка измельчил шоколад, высыпал его в машину, залил молоком, добавил сахара, закрыл крышку и нажал на кнопку. Машина заворчала. Сначала я не могла понять, что же это такое. Небольшие странные пятна от сливок, кусочки не успевшего растворить шоколада не вызывали у меня восторга. Но было холодно, и я решилась это выпить. Горячий шоколад был настолько приятен на вкус, что я, даже не дожидаясь, когда он остынет, выпила его. Густой, он медленно тёк и быстро согревал. Нежный, как суфле, и сладкий, как шоколад. У него был приятный аромат, который так и хочется засунуть в маленький флакон и брызгать на себя, обволакиваясь волшебным воспоминанием о чешском городе и приятном напитке.

Надежда ПОРОШИНА

Сырники по-домашнему

Блюдо, о котором я сейчас вам расскажу, останется в моей памяти, думаю, на долгие годы. Это сырники. Кушанье это я могу назвать пищей моего детства, завтраком радости. Это вкус лета. С раннего возраста меня отправляли в деревню на короткие три месяца. Могу уверенно сказать, что сырники — это самое лучшее, что умела готовить моя бабушка. Они всегда были хрустящими, но не пережаренными. Сочность их можно было ощутить уже тогда, когда почувствуешь запах. Чаще всего их подавали со сметаной и искренней, самой заботливой в мире улыбкой. Сколько сырников за пределами бабушкиной сковородки ни ела, все какие-то или сухие, или пресные, или как будто они вовсе без творога. А вот бабушкины всегда доставляли не только радость животу, но и после на протяжении дня создавали теплое ощущение внутри меня, где-то глубже желудка.

Иногда осенью бабушка приезжает к нам в город и обязательно делает сырники. Я ем их на кухне, а кажется, что нужно торопиться, ведь меня ждет воздух и солнце, которые пропитали поля и леса. Тарелка опустела. Я опять здесь, на небольшой городской кухне, где сырники — уже не привычный завтрак лета, а только маленькая возможность снова почувствовать себя там, где я дышу.

Анастасия ХОДАКОВА

КОЛОНКА РЕДАКТОРОВ

Помните, как в детстве мы заполняли анкеты? Мало того, что все соревновались, у кого тетрадь или блокнот с вопросами выглядит красивее, так еще каждый старался выдумать интересные вопросы. Что-то касалось общеизвестной информации, что-то личного, сокровенного, а что-то самого обыденного, например, еды. «Какое у тебя любимое блюдо?» — такой вопрос встречался у каждого уважающего себя владельца анкеты. Может, для того, чтобы поспорить, что вкуснее, а может, просто из чистого интереса. Но согласитесь, это всего лишь еще одно подтверждение того, что еда для нас важна, с какой бы стороны мы ни смотрели на жизнь.

В этом номере газеты мы решили накормить своих читателей блюдами зарубежной и домашней кухни, показать различные эксперименты, которые люди проводят над собой с помощью еды, разгадать таинства духовной и мирской пищи. Вы увидите, как еда может повлиять на человеческий разум в военное время и как ее готовят на телевизионной кухне, добавляя различные приправы в наше сознание.

Ну а нам остается надеяться, что наше сборное блюдо будет приятно на вкус, с равномерной прожаркой типографской бумаги и заправлено необходимым количеством фотографического соуса. Приятного аппетита, дорогие читатели!

Ваши сытые редакторы
Оксана Пояскова
Варвара Кроз

Хлеб с дурандой

«Легкий школьный вальс тоже был у нас, у него судьба была такая: помню как сейчас, наш десятый класс закружила вьюга фронтовая…» Прошло 72 года, но слова этой песни все так же трогают ее душу, ведь выпускной вечер моей бабушки был 21 июня 1941 года, а наутро, в десять часов, она услышала по радио, что началась война. «Юношеская безмятежная жизнь закончилась в один миг, хотя нам сказали, что война прекратится через три месяца. Никто не знал, сколько бед принесут нам эти дни», — рассказывает моя бабушка, Раиса Захаровна Брук. Тогда она была юной девушкой невысокого роста, с длинными густыми волосами, которые перешли по наследству ее дочери, а затем и мне.

Раиса с 1937 года жила вдвоем с мамой на улице Декабристов. «Поначалу нам всего хватало, и мы не осознавали, что будет так сложно. Осенью я поступила в ЛИИЖТ. В институте нас кормили дрожжами с водой. Дома мы мелко-мелко нарезали порцию хлеба с дурандой на кусочки и грели на буржуйке, и получались мелкие теплые сухари. Вскоре я перестала ходить в институт, так как было далеко, хотелось кушать».

Перед ноябрьскими праздниками в 1941 году им выдали карточки на конфеты, и бабушкина мама пошла за ними. Пункт выдачи находился через дорогу от дома, поэтому бабушка не стала ее встречать. Но в какой-то момент она услышала пронзительный крик и стремглав сбежала по лестнице. Смотрит, а прабабушка лежит на земле, крепко прижав два кулечка конфет к груди. Оказалось, что у парадной к ней подошел мужчина, начал вырывать пакеты, почувствовав сопротивление, начал бить бедную женщину. А когда услышал стремительные шаги в подъезде, испугался и убежал. «После этого нам жилось еще труднее: у мамы было сломано два ребра, а врач, приходивший к нам, не оставил никакой надежды. В конце года, в декабре, несколько дней не было хлеба. Но когда был привоз, выдали почти целую буханку. Я стояла в очереди ночью в нескольких одеялах. Получив хлеб, я

Фото из личного архива Раисы Захаровны

укутала его в свое «убежище» и направилась как можно скорее к дому. Ой, ну как мне хотелось его откусить, — сказала бабушка, прикрыв глаза и сложив руки у груди, — но нет, мне надо было нести еду маме…»

15 февраля 1942 года мама проводила бабушку до дверей, после чего молодая, не привыкшая к самостоятельной жизни девушка отправилась одна с чемоданом на пункт эвакуации на Финляндский вокзал. До 28 февраля бабушка просидела в ожидании отправления поезда на вокзале, а в эти дни дома умерла ее мама. Это была последняя эвакуация от института. Сначала их везли на поезде до Ладоги, а через озеро на грузовой машине до станции Шарья, где ленинградцев сытно накормили супом, в котором стояла ложка. Из-за того, что бабушка так долго не ела, желудок перестал принимать пищу, и от этого появилось сильное расстройство. Но самым страшным временем для нее были два месяца в поезде. Всех погрузили в товарные вагоны, каждому выдали эвакоудостоверения на еду и отправили. Никто не знал, куда их везут, кто-то выходил на станциях, кто-то умирал. Через месяц в вагоне осталось пять человек: четыре парня и моя бабушка. «Мне все время казалось, что они меня выкинут из вагона, как делали со многими умершими или больными. Я совсем ничего не ела, ведь мама всегда говорила, что когда болит желудок, ничего нельзя. Вскоре я не могла вставать и ехала все время лежа. В Омске молодые люди вызвали мне медсестру с носилками, и меня положили в больницу». Когда бабушка выздоровела, ее выписали, и она отправилась в Новосибирск. А после прорыва блокады в 1944 году вернулась в Ленинград к сестре, продолжила учиться в институте и работала. Через два года бабушка познакомилась с моим дедушкой, с которым прожила всю его жизнь.

Сейчас трудно представить, в каких страшных условиях ей приходилось выживать, но война закалила ее. И в свои 90 лет она кажется мне невероятно бодрой и активной: каждое утро она делает зарядку, по пятницам при любых обстоятельствах моет пол во всей квартире, носит тяжелые сумки с продуктами на пятый этаж, считая это своей обязанностью, пользуется мобильным телефоном и любит общаться с родственниками по скайпу. Ей многое интересно: театры, музыка, кино, экскурсии, книги. Когда она училась в школе, у них проходили литературные бои, победителем которых становился тот, кто выучит наибольшее количество стихов, и она до сих пор помнит произведения наизусть. После войны она много-много лет встречалась со своими одноклассниками каждый год, но сейчас из всех в живых осталась только бабушка и ее подруга Ирина, с которой они дружат с шестого класса и на протяжении всей жизни помогают друг другу во всем.

Когда бабушка рассказывает мне про блокаду, мне кажется, что судьба была щедра и даровала ей много моментов, благодаря которым она смогла выжить. У нее взаимная любовь с судьбой. И сегодня, вспоминая о войне, она будто пережила все заново: я видела, с какой болью она говорила о тех, кого уже нет в живых, кто погиб в смертельный голод, во время жесточайших обстрелов. «Сколько лет прошло — не могу забыть тот мотив, который пелся с болью. Сколько лет прошло — не могу забыть…»

Оксана ПОЯСКОВА

Здравствуй, «Радость!»

Фото автора

Когда мне говорят о школе, я всегда представляю себе узкие, но уютные коридоры, петляющие вдоль и поперек с детства знакомого здания, словно вены или артерии по телу живого существа. А что течет по венам и артериям? Кровь, которой являемся мы, ученики. Тогда я подумала о том, что заставляет кровь течь. Наверное, все же сердце, ведь без сердца не может существовать ни один живой организм, а сердце школы — это директор, тут и думать нечего. Вереница кабинетов, одни крохотные, другие побольше… Прямо, теперь направо, еще раз направо, прямо… Дверь с табличкой «Директор». Тук-тук-тук!

Маленький кабинет, светлый — из-за обилия в нем белого цвета: белые жалюзи на окнах, белые батареи и аккуратные стопки белых бумаг, разложенных по всему периметру большого письменного стола, за которым сидит он — Андрей Владимирович Яковлев. С первого взгляда может показаться, что это человек, на чьи плечи возложен немалый труд и большая ответственность, всегда серьезен и сосредоточен. Но уже в начале разговора невольно вспоминаешь выражение «первое впечатление обманчиво». Андрей Владимирович, добродушно улыбаясь, соглашается немного рассказать о себе, при этом его темные глаза задорно поблескивают из-под черных бровей, располагая к радушному разговору. Директором «Школы радости» он стал совсем недавно, около двух лет назад. До этого А. В. Яковлев работал в Ермиловской школе, где в течение пятнадцати лет занимал пост директора и был преподавателем географии. Из-за объединения школы с соседним учебным заведением некоторые рабочие места оказались упразднены, после чего Андрей Владимирович устроился работать в школу ЗЦ «Зеркальный». Он сразу же отметил, что «в ней просто чудесный коллектив, с которым всегда приятно работать».

На наш вопрос о необычном названии — «Школа радости» — директор с улыбкой ответил, что так ее называют скорее вожатые. Здесь действительно стараются не выставлять плохих оценок, так как с детьми надо хотя бы немного познакомиться, чтобы объективно оценивать их знания. А сделать это сложно, особенно тем учителям, которые видят своих учеников всего один-два раза за смену. В скором времени лагерь планируют сделать региональным центром. Это значит, что он будет вмещать до 1300 человек, и это повлечет за собой увеличение его территории, количества детей и, конечно, школы.

Несмотря на постоянную занятость, Андрей Владимирович всегда находит время для своих увлечений: в его доме стоит огромный аквариум, вмещающий около двухсот литров воды, в котором обитают радужные рыбки и редкие тропические сомы. На даче Андрея Владимировича разбит большой и красивый сад. Для него это своеобразный творческий процесс. «Как говорят японцы, чтобы наслаждаться жизнью, нужно создать свой сад», — улыбается директор.

Школа похожа на слаженно работающий организм, где каждая клеточка неотъемлема и важна. Закрывая дверь, мы выходим в коридор и смешиваемся с толпой, становясь единым целым под названием «Школа радости», где каждый занимает свое место: кто-то ученика, кто-то учителя, а кто-то директора.

Елизавета КНОХИНОВА
Кристина НАШАХАЛОВА

Готовим Наполеон на «отлично»

Все началось с «Витаминного» салата и фаршированных яиц. Потом я узнала секреты приготовления всеми любимого салата «Цезарь» и настоящего русского борща. Еще через месяц могла похвастаться собственноручно приготовленным «Наполеоном» или домашними булочками. Итак, к концу учебного года я поняла, что ужин из трех блюд и даже десерт — больше не проблема. При этом я не тратила свое свободное время на просмотр кулинарных передач по телевизору или посещение мастер-классов известных поваров. Просто в нашей школе появился новый предмет с непонятным и пугающим названием «Бытовые технологии».

Представьте себе просторный класс. У стены с одной стороны — четыре компактных разноцветных кухни: синяя, красная, желтая и зеленая. Каждая с плитой, несколькими шкафчиками для посуды и небольшими ящиками для приборов и полотенец. В центре класса — четыре обеденных стола с расставленными вокруг стульями. В углу — доска, учительский стол и большой холодильник, а рядом дверь в маленькую комнатку с четырьмя раковинами и вешалкой для передников. Так выглядел мой класс, в котором мы каждую неделю в течение двух часов готовили, а точнее, учились готовить. Приходя на урок, мы уже знали, с каким блюдом нам придется сегодня работать. Поэтому так называемым домашним заданием было принести необходимые для его приготовления продукты. Работали мы в группах по четыре-пять человек, в каждой из которых обязательно должны были

быть и девочки, и мальчики. Обязанности можно было разделять самостоятельно, но с условием, что один ученик не мог мыть посуду два урока подряд. Каждой группе выделялась отдельная полка в общем холодильнике, раковина, кухня и передники, соответствующие ей по цвету. В начале урока мы получали рецепт блюда, которое должно было быть готово через 45 минут. Не стоило надеяться, что этот урок — легкий способ получать хорошие оценки. Невозможно было списать или, не сделав домашнее задание, остаться незамеченным. Но самое кровожадное правило гласило: «пятерку получит только тот, кто съест всё, что приготовил». Поэтому приходилось стараться. Конечно, строго соблюдать все правила не удавалось. Картошка из раза в раз получалась пересоленная, а салат иногда приходилось незаметно заправлять соусом соседней группы. Но как приятно было осознавать, что ты самостоятельно приготовил пиццу, пусть края чуть-чуть и подгорели, а колбаса для начинки лежала не на твоей полке, когда ты доставал её из холодильника. И пусть кто-то перепутал твои блины с пирогом. Зато ты знаешь, как изменить пропорции, чтобы в следующий раз они получились тонкими, как ты хочешь.

Я никогда не задумывалась о том, нужно ли учиться готовить в школе, пока моя подруга не позвонила мне, чтобы спросить, как сварить макароны. Девушке 16, через несколько лет она, возможно, будет жить одна или, по крайней мере, отдельно от родителей. И кто будет тогда варить за нее макароны, жарить котлеты и делать все то, что сейчас ложится на плечи ее мамы? Конечно, нам проще делать то, к чему мы привыкли, что уже хорошо получается. К примеру, ребенка научили читать. Сначала ему тяжело, но постепенно он начинает читать быстрее и больше, получать удовольствие от книг. Вскоре он забывает о том, как тяжело было составлять буквы в слоги и слова. То же самое происходит, когда мы учимся готовить. Сначала делаем все осторожно, строго по рецепту. Потом привыкаем, пробуем новые вкусы и сочетания, добавляем ингредиенты «на глазок» и даже создаем свои собственные «коронные» блюда. Мне кажется, этому надо учиться с детства. Например, в семье у одной моей подруги «домашний повар» — папа. «Мама даже яичницу пожарить не может, — жалуется Настя. — И хотя бабушка и пироги печет, и мясо в горшочках делает, маму в детстве она готовить не научила. И я ее теперь заставить не могу. Приходится самой справляться, ну или с папой в четыре руки».

Но такие уроки появляются не в каждом среднем учебном заведении. Например, в моей новой школе такого предмета нет. «Раньше был труд. Детям нравилось: от «серьезных» уроков отдыхали, готовили, вышивали, потом друг перед другом хвастались, — рассказывает завуч школы №309 Елена Владимировна Фадеева. — Но несколько лет назад его отменили. Нужно ведь санитарные нормы соблюдать: выделять отдельные помещения, закупать оборудование, а у школы на это денег нет». Странно, ведь раньше уроки труда проводились в каждой школе, и мои родители до сих пор их не забыли. Мама вспоминает первый передник, который сшила сама, а папа — веселого мастера на все руки — трудовика — и перекошенные табуретки.

Такой простой предмет оказывается очень важным в процессе развития и обучения ребенка. И пусть кто-то просто придет, приготовит, съест и получит пятерку, но для кого-то кулинария может стать любимым хобби или профессией. И кем бы ты ни стал в будущем — экономистом, лингвистом или философом, когда-нибудь тебе придется пришить пуговицу или сварить борщ.

Анна СОКОЛОВА

Геология в надежных руках

16 февраля в кинозале Аничкова дворца состоялась церемония награждения победителей городского конкурса по геологии. Мероприятие началось с лекции. Анатолий Александрович Золотарев, кандидат геолого-минералогических наук, доцент кафедры минералогии геологического факультета СПбГУ, рассказал не только о минералах, но и о своих научных экспедициях в места добычи этих полезных ископаемых.

После лекции началось награждение победителей. Им вручили дипломы и похвальные листы, диски с обучающими фильмами, книги, а также сладкие подарки. Награждение проводила Наталья Геннадьевна Ермош, руководитель клуба юных геологов имени академика В.А. Обручева, у которой мы потом и узнали подробности проведения городского геологического конкурса.

Это мероприятие состоялось в формате игры по станциям, на которых участникам предлагали рассмотреть образцы полезных ископаемых, узнать геологические процессы на слайдах, поучаствовать в дискуссии о минералогии и палеонтологии со специалистами. Например, Михаилу Ракицкому, одному из победителей конкурса этого года, набравшему 59 баллов из 60 возможных, самой интересной показалась станция, на которой нужно было узнать доисторическое животное и рассказать о нем.

В этом году из 1200 учеников 5-7 классов, которые участвовали в заочном туре, в финал прошли около 340 человек. Чтобы справедливо оценить такое количество участников, потребовалось большое компетентное жюри, состоящее не только из опытных геологов, но и из студентов геологического факультета СПбГУ, многие из которых были когда-то воспитанниками клуба юных геологов.

Все ребята готовились к городскому конкурсу по-разному. Некоторые искали новые знания по геологии в Интернете и энциклопедиях. А кто-то, как Александра Федянина, которая тоже заняла призовое место, занимались у талантливых педагогов своего клуба.

Теперь юные геологи Аничкова дворца готовятся к открытой региональной олимпиаде школьников Санкт-Петербурга по геологии «Геосфера», в которой примут участие ребята со всей России.

Дарья САВЧЕНКО
Элина НИКУЛЬШИНА

Война. Блокада. Ленинград.

Фото из архива

В истории нашей страны было немало трагических событий. Я думаю, все согласятся со мной, что ничего страшнее, чем Великая Отечественная война, наш народ еще не переживал.

Мы расскажем о мероприятиях, посвященных памятным для каждого ленинградца, петербуржца датам: прорыву и снятию блокады Ленинграда.

18 января перед Аничковым дворцом прошло традиционное для коллективов Дворца событие, посвященное семидесятилетию прорыва блокады. Учащиеся СПб ГДТЮ, их родители, педагоги и просто все желающие смогли принять участие в городской акции «Свеча памяти»: встать в круг и зажечь свечи в память о погибших в годы войны ленинградцах. Режиссер этого мероприятия, Ольга Борисовна Рудь, так отзывается о прошедшем событии: «Такие акции очень важны, сегодня необходимо воспитывать патриотизм в современных детях и не давать забывать события военных лет».

Для создания атмосферы блокадного Ленинграда повсюду был выключен свет, выли сирены, и была объявлена «воздушная тревога». Зачитывались строчки из дневников школьников, в которых были записаны воспоминания и даты смерти родных. Оркестр и хор имени И.О. Дунаевского Санкт-Петербургского городского дворца творчества юных исполнил «Посвящение 7-ой Ленинградской симфонии».

В минуту молчания по традиции звучал метроном — «живое биение сердца Ленинграда», один из важнейших звуков, оповещавший о начале и окончании воздушных тревог в блокадные дни 1941—1944 гг.

В двадцатиминутной акции участвовали более пятисот человек, которые хотели отдать дань уважения людям, защищавшим Родину ценой своих жизней.

Еще одно событие, посвященное годовщине полного снятия блокады Ленинграда — XI городская историко-краеведческая конференция «Война. Блокада. Ленинград» — прошло 26 января 2013 года в концертном зале и парадных гостиных Аничкова дворца. Школьники Санкт-Петербурга рассказали о подвигах ленинградцев, о судьбах своих родных и близких, прошедших через войну, о замечательных людях, которые трудились и жили в осажденном городе, о результатах исследовательской работы поисковых отрядов и советов школьных музеев. Около ста школьников с седьмого по одиннадцатый класс были распределены по восьми секциям, посвященным жизни блокадного Ленинграда и страны в годы Великой Отечественной войны. Куратор этого мероприятия, методист отдела градоведения Мария Александровна Перевалова, отмечает особую значимость конференции для школьников «Война. Блокада. Ленинград» в жизни Санкт-Петербурга.

На открытии выступили оркестр баянистов и чтецы студии художественного слова. С напутственным словом к участникам выступил председатель оргкомитета конференции, действительный член Академии военно-исторических наук, президент Ассоциации исследователей Блокады и битвы за Ленинград в годы Второй Мировой войны Юрий Иванович Колосов. Борис Яковлевич Литвер, шеф-редактор международного сайта о Ленинграде в военные годы, объявил победителей конкурса исследовательских работ о блокаде среди юных краеведов. Ими стали ученицы школы № 106 Приморского района Даша Егорова и Саша Питомцева — авторы работы «Из «биографии» почтовой карточки 1943 года».

В составе жюри городской конференции работали ветераны и жители блокадного Ленинграда, специалисты из музеев и вузов, методисты и педагоги Дворца творчества юных.

Выявить лучшую работу из ста представленных на конференции, каждая из которых заслуживала первого места, было невозможно, поэтому 35 лучших выступлений юных краеведов были оценены дипломами лауреатов, 27 школьников получили благодарности, победителям конкурса «Приз зрительских симпатий» были вручены подарки, все участники получили сертификаты.

Во время проведения конференции работала выставка «Им в 43-м выдали медали…». Наталья Петровна Верещагина, педагог-организатор отдела градоведения, рассказала мне о том, что эта выставка ежегодная и проводится уже в шестой раз. Тема экспозиции 2013 года — семидесятилетие со дня учреждения медали «За оборону Ленинграда». Каждый участник конференции мог принести какие-либо материалы из домашнего архива или из фонда школьного музея. В частности, на выставке были представлены военные фотографии, письма, медаль «За оборону Ленинграда», удостоверение на ее получение, воспоминания бойцов и жителей блокадного города.

По отзывам методистов отдела градоведения и по содержанию исследовательских работ участников конференции становится ясно, что тема войны и великого подвига жителей осажденного Ленинграда — вечна, и она никогда не будет забыта.

Ирина Мамедова
Юлия Фаттяхова

С картой по заснеженным тропам

Некоторые люди считают, что есть только два вида деятельности — физическая и умственная, и совмещать их практически невозможно. Так думала и я, пока не узнала о спортивном ориентировании. Традиционно в Санкт-Петербурге и его пригородах проводится массовое соревнование по этому виду спорта, которое называется «Снежная тропа». 27 января в парке «Сосновка» завершился третий этап сезона 2012-2013 гг., в котором принимали участие ребята из Специализированной детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва №2 Городского дворца творчества юных.

Происхождение ориентирования как вида спорта принято относить к концу 19 века. Во Дворце его развитие началось более пятидесяти лет назад, а сегодня отделение спортивного ориентирования насчитывает уже около 400 воспитанников. Александр Иванович Бабанин, заведующий лабораторией персональных компьютеров СДЮСШОР №2, проводил фото- и видеосъемку во время «Снежной тропы» и не понаслышке знает о заданиях, которые выполняют участники: «Эти соревнования — «по выбору». Всё начинается с того, что каждому человеку на старте выдается карта местности, на которой обозначено определенное количество пунктов, а участникам надо пройти их столько, сколько от них требуется в зависимости от возраста. Тот, кто в своей группе быстрее проходит заданное число пунктов, становится победителем». Еще у каждого игрока есть специальный чип. Это небольшое устройство надевается на указательный палец и хранит в себе всю информацию о прохождении дистанций. На финише компьютер обрабатывает данные с чипа, тем самым проверяя наличие отметки и правильность прохождения дистанции.

Мне удалось поговорить с юными участниками «Снежной тропы». Все они занимаются в начальных учебных группах отделения спортивного ориентирования. Алина Борисова считает, что подобные соревнования помогают взрослым и детям не только поддерживать свою физическую форму и развивать выносливость, но и в дальнейшем

Фото из архива

с легкостью осваивать неизведанные территории. Например, находить нужные объекты по карте за границей, не владея иностранным языком. Но Андрею Варначеву кажется, что этот вид спорта заслуживает большего внимания со стороны людей. Ведь, как добавляет Степан Быков: «Именно в спортивном ориентировании человек должен совмещать физический и умственный труд, чтобы достичь результата».

Спортивное ориентирование развивает в людях логическое мышление, смелость и решительность. Эти качества помогают быстро принимать решения не только в бытовых ситуациях, но и в условиях дикой природы или в незнакомой местности. А такие соревнования, как «Снежная тропа» главным образом хороши тем, что участие в них может принять любой желающий: и взрослый, и пожилой человек, и ребенок, и даже тот, кто никогда не имел отношения к этому виду спорта. Именно поэтому в соревновании участвовало свыше 1000 человек.

Анастасия ХОДАКОВА

Петербург глазами юных

Конференц-зал, находящийся в Государственном музее истории религии, оказался совсем не таким, каким мы его себе представляли. Камерный, уютный, со скрытой алым занавесом маленькой сценой, на которой располагался экран для показа презентаций и стол, заваленный бумагами. Туда и сюда сновали взволнованные подростки с папками и флешками в руках. Все эти ребята — участники конференции «Святыни Петербурга», которая прошла 9 февраля, члены различных школьных краеведческих объединений, а также Юношеского Университета Петербурга (сокращенно ЮУП) Санкт-Петербургского городского дворца творчества юных.

В конкурсе приняли участие ребята от 10 до 17 лет. В выступлениях они цитировали выдержки из своих работ и демонстрировали презентации. На представление работы отводилось около десяти минут, а затем следовали вопросы жюри, в состав которого входили научные сотрудники Музея истории религии и члены молодёжной секции Всемирного клуба Петербуржцев. Выступления подростков посвящены исследованию истории церквей и храмов, существующих или существовавших в Петербурге и его пригородах, а также биографиям и судьбам людей, связанных с ними. Например, Фёдор Ильин из ЮУП выступил с интересным докладом о разрушенной церкви в усадьбе Культилла, принадлежавшей семье известного врача Сергея Петровича Боткина. Как рассказал нам Фёдор, исследовательскими работами он занимается со второго класса и имеет доступ к различным архивам. А это исследование он начал, заинтересовавшись письмом профессора Боткина, в котором упоминалось о постройке домовой церкви его семьи. После прочтения этого письма юный исследователь задался целью найти то место, где располагалась церковь. «Во время написания своей работы я узнал много интересных фактов из жизни Сергея Боткина, именем которого названа моя школа. Теперь можно будет восполнить пробелы в биографии этого известного врача. К тому же, чтобы продолжать исследование, я начал переписку с жителем Финляндии, и, таким образом, получил не только знания, но и новые знакомства», — рассказывает Федор.

После конференции мы подошли к руководителю ЮУП, ведущему и члену жюри Владимиру Ильичу Аксельроду. Из разговора с ним мы узнали, что «Святыни Петербурга» — это одно из ряда мероприятий, входящих в большую программу «Наследники великого города». Ее цель — развить у ребят навыки научной работы. «Мы поощряем написание работ учениками, поддерживаем интерес к исследованию, и в этом, наверное, самая главная заслуга нашей конференции», — рассказывает Владимир Ильич.

По итогам выявилось шесть лауреатов. Как мы уже отметили, первое место занял Фёдор Ильин, второе — Константин Петров, а третье — Сергей Поянков. Награждение прошло в субботу 16 февраля также в Музее истории религии.

Мария МИХАЙЛОВА
Прасковья ЩЁГОЛЕВА

Цезарь, но не Юлий

Фото: Ирина Горская

Салат «Цезарь», который сейчас можно встретить практически в каждом меню, является для меня своеобразным индикатором уровня заведения, и поэтому я решила проверить качество салата в некоторых кафе города и оценить его по пятибалльной системе. Итак, в один из январских дней я торжественно посвятила себя в ресторанные критики и отправилась навстречу гастрономическим приключениям.

Свое имя салат получил в честь Цезаря Кардини — повара, который изобрел это блюдо, когда на кухне его ресторана практически не осталось продуктов, а посетители требовали пищи. В классической версии основными ингредиентами салата являются небольшие пшеничные сухарики — крутоны, листья салата ромэн и тёртый пармезан, заправленные смесью оливкового масла, яичного желтка и вустерширского соуса. Допускается также добавление куриного или рыбного филе, помидоров черри и морепродуктов, чтобы сделать блюдо сытнее.

Первым делом запах съестного заманил меня в обитель фастфуда — «Макдональдс». И сразу же разочарование — в миске оказалась морковь, которой там не должно было быть. О существовании крутонов повара, скорее всего, вообще не слышали. Вялые листы салата и полопавшиеся помидоры мгновенно убили желание поесть. Немного потыкав пластмассовой вилкой размякшую панировку куриного филе, небрежно покромсанного в салат, я мысленно поставила этому «Цезарю» не больше 2 баллов.

Оправившись от макдональдсовского салата, я забрела в литературную кофейню «Ясная поляна». Прекрасно промаринованное филе с потрясающе ароматным кисло-сладким соусом на свежих листьях салата ромэн были достойны похвалы. «Цезарь» из «Ясной поляны» можно назвать действительно невероятно вкусным. Оценка — 5 из 5.

В полной уверенности, что к салату из «Ясной поляны» не приблизиться уже никому, забежав в «Kentucky Fried Chicken» («KFC»), я была приятно удивлена. Казалось бы, этот салат должен был повторить судьбу салата из «Макдональдса», ведь тоже фастфуд, как-никак. Однако он оказался довольно-таки неплохим. Приятный на вкус сыр и пикантная курица добились того, чтобы салат заслужил 4 балла из 5.

Следующим на очереди оказался «Цезарь» из ресторана итальянской кухни «Розарио». Несмотря на то, что блюдо было приготовлено точно по рецепту, качество исполнения прихрамывало. Абсолютно холодное мясо и почему-то горячие томаты заставили меня поставить ему всего лишь 3 балла.

За этот день я узнала, что одни и те же блюда, приготовленные в разных заведениях, могут сильно отличаться друг от друга, что не всегда пища из ресторана лучше, чем в сети быстрого питания, и что четыре «Цезаря» подряд для меня многовато.

Анастасия СУЛЬИНА

Итальянский ужин

Что же такое — умение готовить: точное следование рецептам или игнорирование их? «Не то и не другое», — отвечает на этот вопрос итальянский шеф-повар Фабрицио Фатуччи, основатель Academia del Gusto в России и преподаватель международной кулинарной школы Gambero Rosso в Риме. «В искусстве кулинарии, как и во всех остальных сферах человеческой деятельности, важен и талант, и интуитивное понимание процесса, но нельзя обойтись также без знания и опыта. Как художник накладывает краски в определенных сочетаниях, так и кулинар создает различные оттенки вкуса», — уверен Фабрицио.

В Санкт-Петербурге он проводит мастер-классы и ведет курсы в кулинарной школе Gustomaestro, открывшейся осенью в ресторане Gusto на Дегтярной улице, 1а. Эта школа, как и ресторан, представляет только итальянскую кухню, впрочем, достаточно разнообразную, чтобы не наскучить. Одновременно здесь можно поучиться вкусу к жизни, к еде, к веселью, к изяществу быта. В понедельник 4 февраля в кулинарной школе состоялся самый вкусный мастер-класс Фабрицио Фатуччи «Итальянский ужин». Группа собралась довольно большая — десять человек. Все уже успели облачиться в малиновые фартуки и рассредоточиться вдоль кухонного острова. Очень серьезный молодой человек в очках по имени Иван заметно волнуется. Друзья подарили ему сертификат на этот мастер-класс и он боится не справиться. Раньше его выбором были дорогие полуфабрикаты в красивых коробочках. Су-шеф Катя сообщает, что готовить заявленные четыре блюда — салат с рукколой и креветками, тальятелле с грибами, вырезку с карамельным соусом базилик и тирамису — будем все вместе. С этого момента начинается привычный для такого рода занятий бардак, когда кто-то, обычно девушка с красивым маникюром, чистит креветки, другая — лук, третья моет рукколу, четвертая — белые грибы. Кто-то вымачивает в пропитке из эспрессо и «Бейлиса» печенье «Савоярди». На мастер-классе участники готовят домашнюю пасту от начала и до конца, сами замешивают тесто и раскатывают его на специальной машинке. Эта часть оказалась самой интересной, поскольку куски теста надо раскатывать не меньше семи раз, а потом резать на тонкие полоски и обваливать в муке. Машинки четыре, так что попробовать могут все. Зато соус к салату — проще некуда: достаточно смешать оливковое масло, соль, перец и бальзамический уксус. Уже кончается второй час, и все дружно и предельно сосредоточенно сервируют салат на тарелки. Кулинария, как и всякое другое искусство, забирает человека целиком, без остатка. «Здешние продукты имеют совсем другой вкус, я к этому долго привыкал, но в итоге научился импровизировать. Красота спасет салат», — замечает Фабрицио и придает рукколе форму горки. Ужин готов. Порции на удивление большие и прибавляют участникам сил. Жаль, что искусство кулинарии так недолговечно и оценить его может только тот, кто присутствует при создании и поедании шедевра.

Елена КЛИМЕНСКАЯ

Обмани меня

Как часто, приходя домой из магазина, вы обнаруживаете, что новый йогурт, который вы так давно хотели попробовать, уже просрочен? Я пока что еще ни разу, а вот у моей подруги Карины с этим связано несколько не самых лучших воспоминаний. «В первый раз я решила сама приготовить салат. Открыла банку горошка, тоже в первый раз. Я знаю, что воду из нее надо слить, хотя мы с мамой обычно ее пьем. Поэтому я перелила в кружку, попила и только потом отогнула крышку до конца. А там оказалась гусеница! Больше я консервированный горошек не ем. Вторая моя история связана с йогуртом «Valio». Он финский и довольно дорогой, я давно хотела его попробовать. Открыв крышку, я увидела, что сверху йогурт был покрыт какой-то слизью, но подумала, что так и надо. Мало ли какие у них там йогурты? Но оказалось, что он просто был уже испорчен».

Так что же делать, чтобы не разочароваться в своей покупке? Ответ вроде бы очевиден: внимательно смотреть на срок годности продукта. Но всегда ли то, что мы видим, соответствует правде? «Самый простой способ обмануть покупателя — это перебить срок годности, — говорит Сергей Анатольевич, менеджер по продажам в сетевом магазине. — Когда продукт приходит к нам, на упаковке пропечатана дата его изготовления и заводской срок годности. Магазин же печатает свой внутренний код с датой прихода товара и клеит его поверх заводского. При этом он ничего не нарушает. Когда же и этот срок подходит к концу, продукт переупаковывают и, соответственно, ставят новую дату. Поэтому я бы не советовал покупать уже готовую магазинную нарезку».

Многие думают, что в кулинарных отделах магазинов все готовится из уже просроченных продуктов. Это не совсем так. Большинство салатов, запеканок, сырников и прочего готовится из продуктов с предельным сроком годности, когда осталось дня два. Так магазины стараются не понести убытка. Мама часто покупает на вечер несколько готовых салатов, но на второй день, конечно, большинство их них есть уже нельзя.

Другой вопрос — это мясная кулинария. «По правилам куриная грудка должна быть продана за 48 часов, что в большинстве случаев не происходит. Тогда умные люди отмывают ее в марганцовке и продают в каком-нибудь маринаде, — объясняет Сергей Анатольевич. — Если и это не удается, то следующая стадия — термическая обработка. Последний вариант — это купаты и домашние колбаски, в которые кладут все, что только можно, заправляя для перебивки вкуса немереным количеством специй».

Чтобы не стать жертвами магазинных афер, достаточно помнить несколько вещей. Во-первых, существует определенное правило выкладки товара: самый старый продукт по сроку годности стоит самым первым, а самый свежий — последним. Во-вторых, лучше всего покупать мясо в заводской упаковке, а фрукты и овощи, наоборот, набирать самим, потому что среди уже расфасованных обязательно найдется несколько гнилых. И в-третьих, конечно же, стоит следить за сроком годности продукта.

Если дома все же оказался просроченный товар, главное не выбросить чек. При его наличии в большинстве случаев вам вернут деньги за покупку или обменяют ее. Впрочем, могут и придраться. Откуда они знают, что тот йогурт, который вы принесли, это именно тот, что пробит в чеке? Тут все зависит от вашей настойчивости. Если магазин понимает, что сейчас будет скандал, им легче отдать деньги. В крайнем случае, можно обратиться в Общество защиты прав потребителей, правда, не думаю, что огромное количество затраченных сил и нервных клеток этого стоят.

Арина ЩЕРБОВА

Ты есть то, что ты ешь

Фото: Елизавета Михайлова

Это бутылка кефира. Обычная пластмассовая бутылка, ничего особенного в ней нет. Процент жирности на этикетке, широкое горлышко, крышка со сроком годности... Если бы мне сказали представить бутылку кефира человеком, то идеально подошел бы пожилой фермер или пышнотелая, дородная купчиха с картины Кустодиева. На вкус кефир немного кисловат, но от него так и веет свежестью, здоровьем. А вот еще одна бутылка, которая стоит на столе против него. Хрупкая бутылочка кока-колы. Сделана из стекла, новый, оригинальный дизайн, содержимое имеет весьма необычный вкус и цвет. Словно юная миниатюрная леди, стильная, интересная, явно приехавшая из-за границы. Вот они оценивающе присматриваются друг к другу, сухо кивают в знак приветствия и расходятся по разным углам ринга. Поединок между здоровым питанием и фастфудом объявляю открытым! — Могу пообещать хорошее самочувствие всегда и везде! — уверено начал кефир. — Например, отсутствие болей в желудке. С нами вам никогда не придется глотать упаковками «Но-шпу» и ходить за горошками к гастроэнтерологу. — Знаешь, Кефир, чтобы здоровое питание стало не просто полезным, но и вкусным, его нужно уметь хорошо преподнести, а значит, потратить немало сил! А мы и так вкусные! — парировала кола, представитель фастфуда. После этого весьма смелого заявления рука моей подруги потянулась к кока-коле…

Родители с детства приучили меня питаться правильно. Мама каждое утро собирает в школу обед, поэтому я никогда не испытывала интереса к фастфуду. Вот и сегодня, зайдя в столовую, я уверенно поставила перед собой поднос и обвела взглядом своих одноклассников. Что тут у нас? Ватрушка «Пикантная», а если по-простому, то пицца с сосисками и морковкой. А это? Новый большой сникерс с цельными лесными орехами, нугой и шоколадом, выбранный подругой. И, наконец, мой скромный обед: салат с котлетой. Стало даже немного неловко садиться рядом с остальными, словно я Робин Бобин из детской книжки брата, и мне нужно всего, да побольше…

Так или иначе, я была в меньшинстве, и впервые серьезно задумалась о вопросе правильного питания. Неужели подростки XXI века предпочитают ему фастфуд и полуфабрикаты? А как же первое, второе и компот? Или они не такие вкусные? — Дома я всегда с удовольствием съедаю то, что готовит моя мама, но обед в школе — это другое дело. Тут я покупаю себе что-нибудь быстрое», — рассказала моя одноклассница Лолита.

— Я не успеваю нормально поесть. Пока стою в очереди, перемена уже заканчивается», — отозвалась Света.

Подавляющее большинство ребят на вопрос о том, какую еду они для себя выбирают, сказали: домашнюю. Получается, что никто вовсе и не против правильного питания, даже наоборот, просто времени на то, чтобы спокойно поесть, у них, как правило, нет: куда проще купить шоколадку, чтобы проглотить ее на бегу. Тогда я обратилась к администратору школьной столовой, Ирине Юрьевне Соколовой. Как она прокомментирует мнения школьников?

— Я считаю, что они врут, — уверено заявила она. — Всегда остается пять-семь минут до звонка, когда в столовой уже никого нет. Я сама специально вставала на раздачу буфетчицей: редко кто берет нормальную еду, есть у них на это время или нет. Не раз я замечала, как ребята приходят задолго до конца урока, но покупают только конфеты да газировку. Вообще, конфеты — это самое популярное блюдо в нашей столовой, конечно, чтобы съесть их, не нужно много времени, но по правилам, тот, кто покупает обед, может проходить и без очереди.

Когда я уже собиралась уходить, она окликнула меня и сказала, что готова предложить альтернативу: а что если заранее заказывать порции на класс или хотя бы на определенное количество человек, желающих обедать? Тогда не нужно будет стоять в очередях. А если ребята так любят сладкое, то почему бы не включать его в комплект к обеду, чтобы каждый мог сначала съесть первое, или сразу второе, а потом выпить чай с булочкой? С этим предложением я подбежала к группе ранее опрошенных мною школьников. Они отреагировали без энтузиазма: «слишком много, столько не съесть», а дальше и слушать не стали. Значит, они и не стремились питаться правильно — сделала я вывод.

Фастфуд нелегко победить, поэтому кефир все еще стоит на столе, а кока-кола давно закончилась, и пустая бутылка от нее брошена в мусорку. И снова в поединке со здоровым питанием фастфуд одерживает победу. До новых встреч на ринге!

Елизавета КНОХИНОВА

Домашние рецептыши

Совсем недавно молодежь заинтересовалась готовкой. Теперь вместо романов девушки читают кулинарные книги, а поход в ресторан заменяют званым обедом дома в кругу семьи и друзей. Все социальные сети пестрят группами: «Кулинарное искусство», «COOKING TIME», «Домашняя выпечка», где даны сотни рецептов разных кухонь мира.

Тальятелле с белыми грибами или тартар из тунца. Штрудель с яблоками или итальянский тирамису. Завтрак во французской булочной, ланч в суши-баре и роскошный ужин в итальянском ресторане. Разве не мечта? Витиеватые названия, внушительное количество ингредиентов в каждом из блюд, изысканная подача. Повторить творения профессиональных поваров дома оказалось не такой простой задачей. Паста «Болоньезе» на родной кухне превращалась в обычные макароны с мясом и кетчупом, а бискотти заменялись покупными пряниками.

Когда я была маленькая, мама никогда не готовила — не было времени, я питалась в основном у бабушки, а по выходным мы всегда семьей ходили в рестораны. Но с появлением моей младшей сестры пришлось менять наш образ жизни, а мама все-таки решила встать за плиту. Конечно, захотелось жарить не просто котлеты из покупного фарша, а сделать что-то свое. Но не все сразу получалось, потребовалось несколько лет, множество неудач, чтобы мамин борщ стал почти идеален. Маме нравится готовить, она постоянно пытается сделать что-нибудь необычное, меня тоже увлекла кулинария. Но проблема была в том, что я и макароны не умела варить.

Помог мне тогда Интернет. Начитавшись кулинарных сайтов, я надела фартук и заняла кухню. Помню свое первое блюдо: хачапури на сковородке. Было страшно, волнительно, но зато как приятно потом пробовать то, что сам приготовил. Затем я переключилась на сладкую выпечку: был и неудачный тарт Татен (французский яблочный пирог) с пригоревшей карамелью, и полусырой бисквит для шоколадного мусса. Первое время я строго следовала рецептам: муки ровно полтора стакана, как написано, но затем захотелось экспериментов: тесто понежнее, крем послаще, стала сыпать сахар на глазок, добавлять новые ингредиенты. Я вынесла главный урок — никогда не бояться что-то испортить и смело доверять своей интуиции. Увлекшись выпечкой, я поняла, что торты, кексы и пироги — мое. Никогда не доставляло удовольствия варить суп или жарить мясо, как-то неинтересно. А вот десерты! Тут и работы больше: взбивать крем, замешивать тесто, потом пробовать на вкус получившиеся смеси. Постепенно я нашла свои блюда: яблочный пирог со сметанным кремом, торт «Зебра», банановые кексы. Теперь на каждый праздник я стараюсь что-то приготовить. А зачем покупать в магазинах дорогие торты, если дома можно сделать ничуть не хуже? И тебя еще и похвалят за вкусное угощение.

Недавно я узнала, что я не единственная, кто может часами зависать на кухне. Оказалось, что многие мои подруги тоже умеют готовить и частенько пекут пироги. «Я начала делать десерты с класса седьмого, ведь в журналах и кулинарных книгах на картинках все тортики были такие аппетитные. К тому же домашнюю еду ничто не заменит. Мамино оливье все равно будет в сто раз вкуснее, чем в самом дорогом ресторане», — говорит моя подруга Лиза.

Последние лет пять активно продаются кулинарные книги, где можно узнать все, начиная с истории японской кухни и заканчивая рецептами коктейлей. Одна из популярных — серия книг рецептов от Юлии Высоцкой. Жена знаменитого режиссера сначала вела воскресное шоу «Едим дома», затем стала выпускать книги, а сейчас владеет несколькими ресторанами. Другая кулинарная звезда — Вероника Белоцерковская, издатель журнала «Собака», интернет-журналом, где писала о своих кулинарных успехах, потрясла всю страну, поэтому незамедлительно вышли почти сразу две ее книги «Рецептыши» и «Диетыши». Belonika (никнейм Вероники Белоцерковской в Интернете) писала, что абсолютно каждый может готовить. Ее книги поражают своей простотой, честностью, ведь она начинала как любитель, просто как домохозяйка, любящая пофантазировать на кухне. Но если слог Белоцерковской довольно легко воспринимается, да и рецепты не кажутся слишком сложными, то трудности начинаются тогда, когда ты собираешься что-нибудь приготовить. Дело в том, что уже много лет Вероника живет вместе с семьей на юге Франции, поэтому найти многие ингредиенты в нашем городе достаточно тяжело. Например, чтобы приготовить диетический киш с лососем, нам с мамой пришлось объездить весь город в поисках ржаной муки, а миндальную пудру пришлось и вовсе делать самим. Но, несмотря на это, блюда от belonika всегда получаются безумно вкусными: тирамису как в ресторане, а паста с моцареллой даже лучше.

Два года назад Вероника Белоцерковская открыла кулинарную школу в Тоскане, в программу которой входят мастер-классы с известными европейскими поварами. Школьные курсы проходят каждую осень и весну — именно в эти времена года можно получить максимум от свежих продуктов. Курс длится неделю, с субботы по субботу. Как осенью, так и весной есть две-три недели, в которые все блюда мастер-классов готовятся с трюфелями, потому что именно в это время наступает сезон этих благородных грибов. Остальные недели не делятся тематически, но отличаются друг от друга. На время проведения курсов целиком резервируется небольшой уютный отель с полностью оборудованными номерами, кухней, рестораном, садом и верандой. Естественно, обучение в такой школе стоит недешево, но, несмотря на это, очередь стоит на год вперед. Шанс научиться готовить у Белоцерковской никто не хочет упустить.

Сама бы я мечтала оказаться на кухне вместе с великими поварами мира, набраться опыта, мастерство — очень важно в этом деле. Хотя, конечно, без интереса никогда не удастся приготовить что-то вкусное. Каждая книга Вероники Белоцерковский начинается со слов «я люблю готовить», и, пожалуй, в этом и есть главный секрет кухни.

Дарья ТУБОЛЬЦЕВА

Один день повара

Кто не любит вкусно покушать? В Санкт-Петербурге огромный выбор ресторанов с разными кухнями. А наша рассказчица Анастасия Ильинична Красильникова работает поваром в ресторане «На речке». Это довольно известное заведение, которое готовит блюда европейской, кавказской и японской кухонь. Туда часто приезжают очень знаменитые и богатые люди, такие как С. Медведева, Ф. Бондарчук, Е. Плющенко, Я. Рудковская, Л. Спалетти, А. Аршавин и другие. Недавно был Халк, новый член команды «Зенит». Настя решила стать поваром, потому что это дело, которым занималась ее мама. После окончания Экономико-технологического колледжа питания девушка пошла работать в суши-бар «Две палочки», а затем в ресторан «На речке»:

«Было очень сложно научиться готовить, нужен опыт. За два года работы в ресторане я это поняла. В колледже было неинтересно. Кроме базовых знаний, мне он ничего не дал».

Как же начинается день у повара? «Просыпаюсь на работу в 8.00. Собираюсь, привожу себя в порядок. Ногтей не должно быть, но этим я занимаюсь с вечера. Выхожу из дома в 9.00, за 45 минут добираюсь до Крестовского остова. Долго, потому что живу в Автово. Далее выхожу из метро и сажусь в такси, ресторан находится на Ольгина, 8. Это далеко от метро, поэтому приходится отдавать 150 рублей за такси», — рассказывает Анастасия.

Приехав в ресторан, проходишь обычную процедуру: за стойкой охранника ставится время напротив фамилии. Затем переодевание в форму: черный китель, черные штаны и черная поварская обувь. «Бегу в раздевалку, именно бегу, потому что часто опаздываю. Затем закалываю волосы в высокий крендель», — добавляет Анастасия. Каждый повар идет в свой цех, всего их четыре: холодный, горячий, кондитерский, суши бар и мангал. Настя работает в холодном; в нем каждую ночь печется хлеб для Михайловского театра, поэтому с утра надо убирать его со столов. День повара проходит тяжело: «Сложно, весь день на ногах по двенадцать часов, садиться нельзя, стульев нет. У меня даже временами судороги, руки сводит — постоянно держу нож. У моего жениха мозоли даже есть. Мы с ним в одном ресторане работаем. Там и познакомились: он в горячем цеху, а я в холодном. Он мне всегда помогает, защищает меня. Приятно, когда твой мужчина всегда рядом. В горячем цеху обычно работают мужчины, так как там мясо, жар, жир, плиты — это достаточно тяжело».

Скоро уже ресторан открывается для гостей, и повара начинают делать заготовки: нарезают овощи, мясо, готовят соусы, размораживают и нарезают рыбу. Но для того, чтобы знать, какие продукты подготовить, надо посмотреть на чек-лист. Этот список составляет повар, который остается в вечернюю смену: он проверяет все холодильники и пишет, какие заготовки надо сделать. А потом все припасы раскладываются по холодильникам. «Атмосфера часто напряженная. Когда много заказов, то и много нервов, к сожалению. Ругаемся иногда с официантами. Они то не успевают по части заказов, то тарелки не приносят», — вздыхает Настя. В 11 утра открывается ресторан, приезжают гости, и потихоньку начинают идти заказы: «Это дико раздражает, потому что не успеваешь делать заготовки, а заказы лезут. Раскладываю доски и приступаю к работе, но сначала пью кофе! Без него никуда». На кухне импровизировать нельзя, всё должно быть четко по граммам, и должно быть определенное оформление блюда.

Помимо выпекания хлеба для Михайловского театра, здесь ещё выходит так называемая Гинза Скай. Готовится еда на самолеты: «Обслуживали самолеты президента РФ, Мадонны и Леди Гаги, — улыбается Анастасия. — Гинзу приносят в любое время, не важно, в три часа, в пять… По-разному. Но в январе её открыли в Пулково, так что Гинзы Скай больше не будет. Мадонна в самолете ела всё без мяса, а Леди Гага не только не ела мясо, но и не пила молоко, даже булочки привозили без глютена. У П. Дурова на банкете не было ни капли алкоголя. А вот С. Медведева кушала моцареллу с помидорами, а её сын — салат с козьим сыром. Моцареллу я ей лично готовила, а салат с козьим сыром — моя коллега».

«В конце каждого месяца дают зарплату, она составляет 1600 рублей за смену, в месяце примерно двадцать смен, ну и получается 32000. Хотелось бы и больше, но в зимний период не поднимают зарплату, хотим 1700», — добавляет с хитрой улыбкой Анастасия.

Если повар работает с 14.00 до часу ночи, то он потом моет цех, рабочие поверхности, ножи и весы. А всю посуду, доски, полы, стены моет ночная уборщица. В час ночи всех работников забирает бесплатное такси и отвозит домой. За него платит ресторан.

Фото: Анастасии Красильниковой

Вот один день молодого повара Анастасии Красильниковой, которая с гордостью говорит: «У меня интересная работа».

Марта ФРУКТОВА

Голод не тётка

Сегодня многие люди привыкли жить на широкую ногу: время от времени заходить в дорогие рестораны, пить с утра кофе в кофейнях, питаться почаще, но поменьше и так далее. Но пробовали ли вы сознательно ограничивать себя в еде, а точнее, в количестве денег, выделяемых на еду?

В нашей стране много социальных групп, которые тратят мало денег на свое питание — это пенсионеры, студенты и просто малообеспеченные люди. Минимальный размер пенсии в Петербурге составляет 5157 рублей. На проезд в транспорте и коммунальные услуги пенсионер тратит до 3000 рублей в месяц. Это значит, что на еду остается приблизительно 500 рублей в неделю (исходя из размера оставшейся суммы денег — 2000 рублей). Именно с этой суммой я и решил соизмерять свои траты — то есть попробовать тратить на еду не больше пятисот рублей в неделю. Обычно мне родители давали на неделю как минимум 400 рублей, а тут надо уложиться в чуть большую сумму, питаясь в школе и дома. Мне было интересно попробовать, во-первых, возможно ли более-менее полноценное питание при таких малых затратах, во-вторых — понять на собственном опыте, как живёт моя бабушка, и многие другие бабушки, побыть на их месте.

Первое и самое важное в подобной ситуации — произвести расчёт бюджетных трат. Я решил исходить из принципа «завтрак съешь сам, обедом поделись с другом, ужин отдай врагу», то есть питаться два раза, что и являлось наиболее оптимальным вариантом в моем случае, лишь с учетом того, что ужин тоже съедался только мной, а вот обед превращался из полноценной трапезы в полдник или перекус. Дальше не помешало бы спланировать, что должны представлять собой завтрак и ужин. Не мудрствуя лукаво, я решил на семь завтраков вперед приготовить себе пшенную кашу, хотя вполне мог приготовить манную или рисовую. А для ужина заготовить кастрюлю гречки. Стоимость молока, двух пачек крупы и сахара составила сто пятьдесят рублей. Это означало, что на семь дней осталось триста пятьдесят рублей. Подобные цифры оптимизма не прибавляют.

За советом, как дальше жить, я и решил обратиться к пенсионеркам в супермаркете, которые, судя по тому, как тщательно они выбирали себе крупы, находились в таком же стесненном положении, что и я. Вот что мне рассказала одна из них — Елизавета Сергеевна: «Я одна живу на маленькую пенсию, на пищу едва-едва хватает. Питаюсь, как могу: гречка, рис, иногда суп». Солидарна с ней и Маргарита Матвеевна: «Государство о нас совсем не заботится — пенсия мизерная, жить приходится чуть ли не на 1000 рублей в месяц. Сложно постоянно питаться в таком режиме — поэтому кроме каш и макарон я особо-то ничего и не ем».

Придя домой, я приготовил себе кашу и лег спать. Начался первый день «голодовки». Днем вместо привычных бутербродов на второй завтрак желудок не получил ничего. В конце концов, замена бутербродам была найдена в виде недорогой и вкусной пиццы из школьной столовой. В итоге, кроме неё, а также завтрака и ужина, в этот день я ничего не ел и с непривычки лёг в постель с болью в желудке, вызванной отсутствием в нем еды. На второй день было решено продолжить борьбу со своим желудком в ужесточенном режиме и отказаться даже от пиццы. Это привело к тому, что засыпал я с еще усиливавшейся болью, но со счастливым сознанием того, что день закончился. Оказалось, что мне рано было радоваться, потому что, проснувшись на третий день, я почувствовал сильную тошноту, головокружение и слабость. Ходить и сидеть было очень сложно даже через двадцать минут после еды, поэтому я решил больше не пренебрегать полдником и стал покупать себе для перекуса пиццу, печенье или шоколадный батончик. В поиске сочувствия я обратился к своему отцу: «Когда я только поступил в вуз, то прежде чем начать работать, несколько месяцев жил на студенческую стипендию и денег в месяц на питание оставалось где-то двенадцать рублей. Когда после физкультуры мы с одногруппниками ходили в столовую, то они заказывали мясо или шашлык, потому что им присылали деньги родители, а я просто заказывал кашу, поэтому меня даже прозвали «студенческий завтрак».

К концу третьего дня я уже чувствовал себя не таким голодным, как в предыдущие дни, а к концу четвертого желудок уже не ныл перед сном. В итоге я дожил до шестого дня, обнаружив, что у меня осталось еще сто пятьдесят рублей, что являлось для меня наиприятнейшей новостью. Я расщедрился и даже купил себе немного сосисок, счастливо дожив до конца «голодной» недели с пятьюдесятью лишними рублями. Хотя стоит признать, что мое распределение денег и не было очень рациональным.

В итоге оказалось, что прожить на пятьсот рублей в неделю возможно. Главное — не усердствовать в удовлетворении потребностей своего желудка и чётко спланировать траты на еду. Но в моем случае это был лишь эксперимент, а в действительности прожить даже месяц в таком режиме непросто, потому что организм без витаминов и протеинов может заболеть — гиповитаминоз, атрофия и так далее. Тем не менее, я вынес и кое-что полезное из этой ситуации — научился сдерживать свой аппетит и подчиняться собственной воле.

Никита СУЗДАЛЬЦЕВ

Иллюзии с телеэкранов

Программа дня. В меню овощной салат от Юлии Высоцкой, мясо в горшочке от греческих шеф-поваров, крем-суп от Юлии Началовой — и это далеко не все, что готово предложить телевидение избалованному, искушенному зрителю. Можно сказать — это только разминка. А впереди еще множество неведомых блюд, приправленных восточными специями, десертов с фруктами и шоколадом... Аж слюнки текут. А запах-то! Запах!.. Но не забывайте, что вы сидите перед экраном телевизора, где прием пищи расписан в эфирной программе и может не совпадать с вашим режимом дня. Не забывайте, что это всего лишь иллюзия ароматов, а блюда с экранов по вашему щелчку не появятся у вас на столе. Давайте рассмотрим несколько программ.

«Смак» с Иваном Ургантом — абсолютно дружеская телепередача с незамысловатыми блюдами. Почему дружеская? Такое ощущение создают постоянные саркастические шутки и подколы ведущего в адрес гостей-знаменитостей. Здесь много смеха и теплых разговоров, но за ними порой теряется сама суть «Смака». По идее, нерадивых зрителей должны научить готовить блюда с легкостью, с которой это делают приглашенные звезды. А на деле оказывается, что это скорее шоу шуток, где еда играет второстепенную роль.

Что же касается программы «Время обедать» на том же «Первом», то на кухне нередко звучит речь с украинским акцентом. А когда «мама Люда» представляет свою «дотю» Наташу Королеву в начале программы, невольно возникает негативное чувство по отношению ко всему происходящему. И это чувство только нагнетается восемью экспертами. Цель «Времени обедать» состоит в том, чтобы сравнить ресторанную и домашнюю кухню, блюда, приготовленные с поварским мастерством, и блюда, сделанные с любовью и теплотой женских рук. Но кроме этого, соперничество можно назвать и битвой полов, поскольку шеф-повар чаще всего мужчина. Так что, если хотите посмотреть очередное сражение инь с ян, включайте «Первый» после полуденных новостей.

«Кошмары на кухне» с Гордоном Рамзи на канале «Ю» действительно кошмарны. Смотря эту передачу, благодаришь переводчиков за то, что львиную долю оскорблений они не переводят на родной русский. Пожалуй, это шоу можно назвать одним из самых скандальных среди тех, что показываются сейчас по телевидению. Конечно, здесь нет никаких интимных сцен, как в «Каникулах в Мексике» или интриг, как в «Доме-2». Накал страстей при этом достигает предела, поскольку приглашенный шеф-повар Рамзи всегда критикует участников программы. Так что можно дать к этой телепередаче некоторые предупреждения, вроде ограничения просмотра детьми младше 16, лицами, страдающими сердечными заболеваниями, и беременными женщинами.

Конечно, это далеко не все программы, которые транслируются сейчас по российскому телевидению. Есть еще и «Едим дома», «Спросите повара», «Два с половиной повара», «Сладкие истории», «Планета вкусов», в которой ведущий только и делает, что причмокивает, пробуя зарубежную кухню и приговаривая: «Мм, это очень вкусно и очень пикантно!» Каждое кулинарное шоу по-своему привлекает зрителей, по-своему учит и развлекает. Но все же жизнь — это не только развлечение. Никто, конечно, не говорит о том, что с утра пораньше в выходной нужно обеспокоиться всеми возможными и невозможными проблемами нашей страны. Однако нельзя не отметить определенной тенденции, особенно на государственных федеральных каналах. Это тенденция развлекать зрительскую аудиторию с утра и до вечера, с периодическими перерывами на новостные программы. Не поймите меня превратно, я сама люблю печь и регулярно пользуюсь записями общеизвестной программы. И не подумайте, что я против развлекательных программ на телевидении, против кулинарии. Вопрос лишь в ее процентном соотношении с чем-то более социально важным.

«Передачи о еде — это служебно-сервисная журналистика, которая направлена на пропаганду именно позитивного житейско-бытового опыта. С помощью кулинарных шоу зритель может не только отдыхать, но и расширять свой кругозор, повышать кулинарную грамотность, овладевать новыми методиками и технологиями приготовления пищи. Приготовление еды считается положительной ценностной установкой. Такие передачи также пропагандируют здоровый образ жизни, семейность», — говорит Елена Петровна Почкай, доцент кафедры телерадиожурналистики и кандидат филологических наук.

Пропаганда позитивной жизненной установки всегда присутствовала в СМИ. Так, например, во время Великой Отечественной войны трансляция радиоспектаклей и зачитывание военных рассказов на радио помогали людям не падать духом и надеяться на лучшее. Но сейчас, слава богу, наша страна не участвует ни в каких военных конфликтах, но развлекательная составляющая на телевидении при этом огромна. Аналитика уходит в специализированные каналы вроде РБК и 24-Doc, а на центральных каналах сокращается. Так что, пожалуй, можно говорить о неком «заглушении» насущных проблем и выставлении вперед альтернативной иллюзорной реальности.

Теперь давайте взглянем на телевидение с другой стороны, обратим внимание на то, чего хотят сами зрители. Вопреки расхожему мнению, что Интернет сейчас поглощает все и вся, согласно опросу Фонда общественного мнения, 92% респондентов по всей стране узнают новую информацию именно благодаря телевидению. Информацию в принципе, а не только новости. Это важное замечание, поскольку в эти цифры входит и развлекательный сегмент. Важно также отметить, что, по опросам ВЦИОМ, основными телезрителями являются лица старше 35 лет. Молодежь же предпочитает оставить ящик в выключенном состоянии, ведь развлечение можно найти и вне четырех стен. Закономерен вопрос: кто будет смотреть телевизор лет через двадцать, когда нынешнее молодое поколение немного подрастет? Но эти прогнозы оставим социологам.

А теперь обратим внимание на другие цифры, числа и ожидания. 19 мая этого года в нашей стране начнется вещание Общественного телевидения России (ОТР). Как написано на официальном сайте ОТР, оно будет являться альтернативой государственно-коммерческому вещанию, поскольку, во-первых, преимущественно программы будут основываться на прямом включении и постоянном взаимодействии со зрителями, а во-вторых, этот канал будет средством прямого общения между гражданами России и властью. Цели ОТР — развитие гражданского общества в нашей стране, просвещение и образование, а также пропаганда общечеловеческих моральных ценностей. Согласно проектам и описанию нового телевещания — это будет качественный канал. Пока что он действует в тестовом Интернет-режиме, однако у зрительской аудитории уже есть определенные надежды на заполнение Общественного телевидения качественными программами. Согласно ВЦИОМ, 51% опрошенных хотят, чтобы на ОТР большое внимание уделяли информационным и новостным программам, далее следуют образовательные (30%), культурные и детские (по 25% голосов), аналитические программы (24%). В то же время развлекательные передачи и сериалы готовы смотреть по ОТР всего по 6% опрошенных. В связи с этим можно прийти к определенным выводам. Похоже, что российский зритель истосковался по качественному телевидению, «бульварное» же он наблюдает повседневно. Кроме того, опрошенные зрители хотят видеть на общественном канале в первую очередь журналистов (Андрея Малахова, Владимира Познера, Владимира Соловьева), а не лиц шоу-бизнеса.

Что ж, время покажет, оправдаются ли надежды зрителей на Общественное телевидение России. Покажет, сколько действительно людей готовы смотреть на жизнь без розовых очков и иллюзий благополучия. А также покажет, насколько власть действительно хочет общаться с обычными российскими гражданами. ОТР обещает способствовать оживлению гражданского общества и освобождению от политической вялости. Вялости в наших гражданах за последние года полтора поубавилось, о чем говорят события на Болотной площади, митинг против закона Димы Яковлева, вопросы на пресс-конференции в декабре 2012 года с Владимиром Путиным и многое другое. Так что, как гласит русская пословица: жизнь — наука, она учит опытом. А каков будет этот опыт — увидим уже не в таком далеком будущем.

Варвара КРОЗ

Сжигать нельзя, перерабатывать

Утром самые первые машины на дорогах в Финляндии — большие белоснежные грузовики. Несколько раз в неделю они громким сигналом заднего хода оповещают жителей об опустошении мусорных баков, находящихся в маленьких аккуратных деревянных домиках. За буквально минуту мусорщик очищает пять контейнеров и отвозит их на производство. Картонное содержимое синих баков отправляется на переработку в такие же картонные упаковки. Пищевые отходы многократному использованию не подлежат, так что их путь лежит прямо к переработке в удобрения или к использованию в качестве топлива для электростанций. Пригодный пластик из жёлтых бачков переплавляют для последующего использования: изготовления бутылок и банок.

Альтернативный способ сортировки мусора практикую и я в Финляндии. С большим пакетом пластмассовых бутылок и жестяных банок заезжаю в супермаркет. У самого входа установлено два автомата для приёма тары. Я поочерёдно кладу бутылку за бутылкой, а автомат распознает их вид по штрих-коду и рассортировывает. После завершения распечатывается чек, а на нём указана стоимость упаковок, которые я сдала: около пяти евро. С чеком я подхожу к кассиру и на эти деньги покупаю что нибудь или получаю наличные. Такие автоматы установлены совершенно в каждом магазине, и не найдётся ни одного финна, который бы выбросил бутылку на улице. Этого себе не позволили бы совершить и наши бабушки с дедушками. В СССР поход в пункт приема стеклотары, сдача макулатуры или металлолома были чем-то само собой разумеющимся, и никто не видел в этом ничего постыдного.

В таких маленьких странах, как Финляндия и Япония, государство всегда заботилось о своих территориях, и сейчас они строят перерабатывающие заводы, потому что это экономически выгодно. Благодаря сортировке мусора экономятся земельные площади, осуществляется забота об окружающей среде и сберегаются бюджетные деньги. Переработка отходов позволяет создать некое подобие природного круговорота, когда отходы одного процесса становятся сырьём для другого, позволяя меньше заимствовать ресурсов из окружающего мира.

Для привлечения внимания людей к проблеме мусора защитники экологии проводят флешмобы или просто агитируют людей, используя возможности Интернета. Так, организация «РазДельный Сбор» получила первый хороший отклик у социально ответственной части населения разных возрастов в 2011 году. В ряду сторонников этого движения есть те, кто принимает активное участие в других проектах, в частности, вступает в волонтёры «Гринпис», «Мусора. Больше. Нет», Всероссийской уборки «Сделаем!» и проекта «Красивый Петербург». «Первая акция представляла собой только сбор макулатуры и проводилась всего лишь в одном районе Санкт-Петербурга — Центральном. Теперь же жители всей России приносят любое вторсырье на наши акции, — говорит одна из активисток экодвижения «РазДельный Сбор» Елена Бикметова, — но простые горожане не могут решить один из центральных вопросов самостоятельно — это отсутствие налаженной общегородской системы приема отходов».

Сейчас решение проблемы сортировки лежит в руках властей. В их компетенции наладить постоянный сбор вторсырья — путем установки контейнеров на мусорных площадках, таких, какие появляются около наших домов сейчас: контейнер синего цвета — для бумаги; контейнер желтого цвета — для смешанного мусора; контейнер зеленого цвета — для стекла, пластика, металла, текстиля; контейнер красного цвета — для неперерабатываемых отходов.

По данным опроса, проведенного фондом «Общественное мнение», 83% россиян в той или иной степени осведомлены о практике раздельного сбора мусора: из них 49% о ней знают, 34% — что-то слышали, и только 15% услышали в ходе опроса впервые. Сортировать свой мусор по разным контейнерам были бы готовы целых 70% респондентов; еще 17% так делать бы не стали, и лишь 3% заявляют, что уже так делают. Причем среди последних — чаще всего жители сел, так что вряд ли речь идет о сортировке мусора для переработки специальными службами.

Новой надеждой «зелёных» стал указ «О проведении в Российской Федерации Года охраны окружающей среды», в рамках которого по всей России будет осуществлён раздельный сбор отходов в зданиях, занимаемых федеральными органами исполнительной власти, состоится Четвертый международный кинофестиваль «ЭкоЧашка». В Санкт-Петербурге будет организован экологический форум «Экология большого города».

Приучиться с детства сдавать банки, бутылки и макулатуру, жить по принципу трех «R»: «reuse, reduce, recycle», что значит «повторное использование, сокращение, переработка» — есть что-то логичное и естественное для защитников экологии. Но пока, к нашему разочарованию, во дворах бесполезно стоят два одинаковых жёлтых бачка с бездумно скинутым туда нерассортированным мусором.

Анастасия ВАСИЛЬЕВА

Незапретный плод

Питер Брейгель «Аллегория обжорства»

Летом во время поездки в Лондон я увидела в Британском музее гравюру нидерландского живописца Питера Брейгеля «Аллегория обжорства» из серии «Пороки». Мрачное, ужасающее изображение наполнено образами чревоугодия: люди и звери с озлобленными лицами и круглыми от ожирения животами жадно выхватывают друг у друга оставшуюся еду. Даже волынка, которая считается символом «греховного безделья», позабыта этими людьми, и, словно объевшаяся, висит на дереве. Разглядывая эту картину, я задумалась о том, сколько других пороков может вызвать этот один. Жадность, зависть, гнев, лень, подлость и ещё многие другие отрицательные качества человека могут вытекать именно из самой естественной из страстей. Голод и жажду испытывают все люди, но перенасыщение и неумеренность в питании могут привести к греховным поступкам.

Решив узнать отношение к этому греху представителей различных религий, я сперва обратилась к отцу Александру Бургос, настоятелю Римско-католической церкви Иоанна Крестителя, в которую и сама долгое время ходила. Но познакомиться с настоятелем лично удалось только сейчас, после воскресной мессы. «Одно время к нам приходила девушка. Имя её я раскрыть не могу, скажу только, что она исповедовалась в грехах, которые совершила из-за несдержанности в еде, — рассказывает мне отец Александр. — Девушка хотела, чтобы все знали о том, что она воровала, жадничала и злилась, и рассказывала об этом публично, чтобы, по её словам, «люди учились на этих страшных ошибках». Ненасытная тяга к еде — такой же грех, как тяга вора к совершению преступления. Это засорение человеческого организма, с которым почти каждая церковь старается бороться».

Сегодня существует множество примеров таких людей. Согласно статистике Всемирной организации здравоохранения, около 60% современного общества — люди с избыточным весом. Вычитаем из этого 20% тех, кто страдает этим в связи с какими-либо заболеваниями, и получаем значительную часть, которую медики уже окрестили «обществом обжор».

В древности появились различные посты, которые сейчас являются важным компонентом практически всех религий мира. Особенно остро это ощущается в православном христианстве. «Основа поста — ограничение в еде — прививает человеку навык воздержания, способствуют духовному совершенствованию и развитию самоконтроля», — рассказал мне Александр Козырев, катехизатор прихода Храма Святого Пророка Илии. Он объяснил, что ограничивая себя и контролируя таким образом связь с природной жизнью и ее законами, мы открываем больший простор для духа. «Дни поста — это время, когда Церковь особо призывает человека хранить духовную чистоту: любить людей, жертвовать собой, стараться делать добрые дела. Их цель — поддержать в христианине духовно-нравственные стремления, — добавляет Александр Козырев. — У каждого из нас есть свои страсти, которым мы потакаем, потом каемся в них и снова их совершаем. Вот от этого очень важно воздержаться».

Одна моя знакомая Таня очень внимательно подходит к соблюдению постов. Почти 200 дней в году она отказывается от определённых продуктов, почти ежедневно посещает церковь и всячески отгоняет от себя дурные мысли. Такое самоотверженное отношение к постам у неё от мамы, которая после распада Советского Союза пришла к религии и стремилась с раннего возраста наставить дочь на христианский, праведный путь. Таня рассказала мне о своем отношении к соблюдению поста: «В эти дни у меня появляется цель, я начинаю ощущать сильнейший прилив бодрости и сил, у меня появляется уверенность в себе и в завтрашнем дне, а главное — невероятная сила воли. Я очень хорошо ощущаю это очищение». Четыре больших поста, выпадающие на дни перед великими праздниками, будто подготавливают человека к ним, помогают обновиться точно так же, как делает в это время природа. Тогда выходит, что пост ещё и помогает человеку лучше почувствовать своё единение с окружающим миром.

Другие способы борьбы с чревоугодием используются в индийских религиях, таких как индуизм, джайнизм и буддизм. В них широко распространено вегетарианство как способ очистить душу, руководствуясь при этом принципом ненасилия. Я решила узнать, какое место отводится вегетарианству в индуизме, и обратилась с этим вопросом к Индра-даси, лектору Московского храма Кришны, который на несколько дней приезжал к нам в Петербург. Молодой человек в оранжевых одеяниях с доброй улыбкой на лице рассказал мне, что один из главных принципов индуизма — «всякая жизнь достойна почитания», а животных индуисты считают своими младшими братьями, поскольку как людей, так и животных сотворил один Создатель. «Наша религия учит относиться к ближнему так, как хочешь, чтобы относились к тебе. А всё живое на земле — одна семья, ведь наш Господь един. Именно поэтому вегетарианство я считаю одним из главных принципов индуизма», — рассказывает Индра-даси.

Все религии стараются бороться с пороком обжорства, но в большинстве случаев эта борьба предполагает не столько волевое подавление желания что-нибудь съесть, сколько размышление о месте еды в жизни. Разумеется, еда важна как источник энергии, элемент национальной культуры, ну а сладости — вообще отличный антидепрессант. Но мы часто едим не потому, что хотим есть. К примеру, маленькие дети часто стараются съесть всё, чтобы получить одобрение и похвалу от родителей, и часто такая манера поведения остаётся на всю жизнь. Получается, они используют еду как средство для достижения своих целей. А может быть и другой вариант, когда в жизни человека случается беда или разочарование и теряется смысл жизни. Тогда на помощь тоже приходит еда, которой люди стремятся заполнить внутреннюю пустоту. Но независимо от того, какая причина лежит в основе желания съесть как можно больше, с течением времени человек становится зависим от такого образа жизни.

Наверное, самое страшное, что жадность, которая сопровождает обжорство, распространяется на все. Вы бывали когда-нибудь на распродажах? Люди толпами скапливаются у входа, а едва дверь откроется, врываются в помещение и начинают хватать все вещи, которые заметят перед собой. Создаётся ощущение, что сознание в такие моменты у людей отключается, сражённое наповал жадностью.

Получается, таким образом человек съедает самого себя. Перестав думать, потеряв контроль, он может начать делать такие вещи, которые противоречат его убеждениям. Он может потерять себя, а взамен не получить ничего, ведь никакая прибыль не удовлетворит жадного. Чревоугодие и скупость в наши дни стоят совсем близко друг к другу, а главное — близко к человеку. Но откуда они возникают? Мне кажется, эти жуткие качества — производные страха. А корень многих страхов в убеждении, что нам не достанется чего-то главного в жизни. Но важно помнить, что человек сможет обрести себя только при том условии, что без устали будет вырываться из цепких объятий своих страхов.

Ирина ГОРСКАЯ

Любит — не любит, есть — не есть

Прошло два года, а я до сих пор помню, как моя подруга Катя решила похудеть. С начальной школы её считали одной из самых красивых учениц. Класса с шестого многие завидовали её аккуратной женственной фигуре, развитой не по годам. Но в четырнадцать лет Катя начала стремительно сбрасывать вес. Для меня долго время оставалась загадкой причина её похудения, но позже она мне рассказала свою историю. Оказалось, она влюбилась, но, как это часто бывает, не взаимно. Парень на два года старше, на лице пирсинг, в ушах тоннели, в школе появлялся редко. Она стала гулять с ним в компании, как-то раз он шутки ради сказал ей, что если похудеет, то станет его девушкой. Тут у Кати появилась навязчивая идея сбросить «лишние килограммы». Решила начать с диеты. Просидев несколько дней на гречневой каше, Катя поняла, что это слишком медленный способ и отказалась от еды совсем. — Первые два дня было тяжело, сидела и ревела у холодильника. Я до безумия хотела есть. Причём не сладости какие-нибудь, а просто мяса, хотя до этого его особо и не любила, — с грустной улыбкой рассказала мне Катя. — Но потом, как ни странно, я стала совершенно безразлична ко всем продуктам, появился азарт, в день сбрасывала около килограмма. Так я худела четыре дня. Все это время находилась в состоянии эйфории, смотрела в зеркало и радовалась. Но! Я не могла резко встать, сразу темнело в глазах и начинала кружиться голова, хорошо было только лежа. Громкие звуки раздражали, хотелось убежать от людей. Но цель была достигнута, я весила 37 килограммов при росте 160 сантиметров!

Спустя несколько месяцев Катя решила похвастаться своими успехами возлюбленному, а он лишь посмеялся, сказав, что ему не нужна тощая девушка. Через несколько месяцев мама отвела её в больницу, где ей поставили диагноз: нервная анорексия. Это болезнь, которая возникает при быстрой потере веса из-за осознанного отказа от еды. Я решила спросить психолога Светлану Юрьевну Кутехову о последствиях: «Анорексия разрушает организм, замедляет развитие, — рассказала мне психолог. — Поэтому она особенно опасна для подростков. Органы останавливаются в развитии. Например, на вид девушке лет 17, а внутренние органы развиты на 13. Как следствие, через пару лет она просто не сможет забеременеть. Эта болезнь отражается и на психике. Из-за недоедания появляются постоянная усталость, повышенная раздражимость, которые мешают нормально жить в обществе. Появляется стресс, а потом и депрессия. Доходит иногда до того, что девушек отправляют в психиатрические больницы.

— Я прошла через многих врачей. Заработала я себе проблемы с женским здоровьем, щитовидной железой, которая не вырабатывала гормоны из-за недостатка жиров в организме, и зрением. Больше всего мне запомнился психолог, — вспоминает Катя. — Когда я зашла, она совсем не удивилась, а лишь сказала, что я у неё седьмая анорексичка за день. Это было неприятно. Я ходила к ней в течение месяца, но мне психолог не помог. Помогло другое — общественное мнение. Люди на улицах стали оборачиваться на меня, тыкать пальцем, некоторые кричали вслед, чтобы я поела. Мелочи, конечно, но мне стало до боли обидно, и я впервые объективно посмотрела на себя. И ничего кроме скелета не увидела.

Спустя год Катя увлеклась спортом, начала правильно питаться и наконец набирать вес. И вот сейчас на лицо к ней вернулся румянец, помимо глаз стали выделяться яркие пухлые губы. Волосы стали гуще, а кости перестали так сильно выпирать. Она часто смеётся и с улыбкой вспоминает того парня, ради которого так долго себя мучила и прекрасно понимает, что он того не стоил.

Сейчас она весит около 47 килограммов, и, как ни странно, Катя довольна собой. А на вопрос, что из еды она сейчас предпочитает, она с детской улыбкой отвечает: «Мороженое! Наверное, теперь я никогда от него не откажусь».

Александра МОСТОВАЯ

С привкусом счастья

Кадр из фильма «Неотразимая Марта»

Рассказом о различных способах приготовить и подать голубей начинается фильм «Неотразимая Марта». Наверное, не это ожидала услышать психотерапевт от очередного пациента, молодой женщины с усталыми складочками у рта. Но кулинария — это и правда единственное, что интересует Марту (Мартина Гедек), занимает ее мысли, ее руки, становится единственным источником ее чувств. Героиня — шеф-повар в престижном ресторане, казалось бы, у нее есть все, чтобы быть счастливой: она одна из лучших в своем деле, у нее хорошая команда, власть, признание. Но в этом идеальном рецепте не хватало какого-то важного ингредиента.

Наверное, каждый начинающий кулинар проходит через стадию дотошного следования рекомендациям, когда боишься лишнюю секунду продержать блюдо в духовке, и даже сахар стараешься измерить на весах. Марта задержалась в этом состоянии надолго: даже наедине с собой за готовкой она проговаривает каждый шаг и с затаенным удовольствием убеждается, что делает все точно. «Главное качество повара — организованность», — уверена Марта. Неслучайно героиня носит такое имя: с арамейского оно переводится как «госпожа», «хозяйка». Ее лицо вечно напряжено, брови чуть приподняты, губы сжаты. Единственное место, где она позволяет себе отдышаться и побыть с собой — темное и прохладное кладовое помещение. Но есть в ней что-то детское, в ее страстном желании быть оцененной, а также в совершенной нетерпимости к критике. Не зря ее фамилия Кляйн — с немецкого «маленькая» — говорит о том, что героине, как ребенку, нужна забота, поддержка, помощь.

«Повар… То есть Кляйн — Марта Кляйн», — представляется героиня соседу. «Когда ты выйдешь отсюда, я приготовлю тебе самый вкусный обед в твоей жизни», — скажет она позже племяннице, лежащей в больнице. Так, немного грубовато, показана беда Марты — отождествление себя со своей социальной ролью, самовыражение в единственном качестве: она не женщина, зато хороший кулинар. Волнуясь, героиня поправляет не прическу, а аккуратно расставленные баночки со специями на кухне.

Такое напряженное состояние рано или поздно должно было оборваться каким-нибудь происшествием: появляется новый герой Марио (Серджо Кастеллито). Он раскован, свободен, всегда весел; готовя, напевает и пританцовывает под свои итальянские жаркие мелодии. Марио — олицетворение юга, с его живостью, непосредственностью, артистичностью. Сначала он отталкивает героиню. А затем отогревает своим теплом замороженное сердце немецкой девушки. Символичным был момент, когда Марио ворвался в кладовую вслед за Мартой, как бы сумев сломать ее отчуждение, открыв дверь ее чувствам. После того разговора итальянец ловко вынуждает героиню саму просить его остаться работать в этом ресторане, с ней.

Вскоре по просьбе Лины Марио приходит к ним в гости, и главные герои чувствуют, что нужны друг другу: Марио учится у Марты терпению и аккуратности, она у него — раскованности и любви к жизни. Несмотря на свою грубоватость, образ очень хорош: жаркая Италия гармонично дополняет строгую, по словам героев, «сырую» Германию. В тот вечер Марио выгоняет Марту с кухни, помогая ей поверить, что она — все-таки женщина, а не повар. Он продолжает разрушать представление героини о еде как о работе, устраивая ужин на полу, без тарелок. Беспорядок на кухне — беспорядок в жизни, Марио с этим справляется, будто не замечая проблемы, непринужденно — и Марта видит, как все становится хорошо. С ним она учится улыбаться. Но главное, чему она учится — слушать свои чувства, не подавлять их жесткой цензурой рассудка.

Пожалуй, в этой истории нет ничего оригинального, но режиссеру Сандре Неттельбек удалось нарисовать ее красиво и чувственно — характеры героев раскрываются плавно, выразительно, их преображения очень естественны. Нет голливудской идеалистичности, которой отличается «Вкус жизни» — ремейк «Неотразимой Марты», снятый в 2007 году. Лиричное настроение создается благодаря работе оператора Майлка Бертла — прохладные спокойные пейзажи Германии будто нарисованы прозрачной акварелью, итальянские — яркими крупными мазками масляной краски. От взглядов персонажей друг на друга вздрагиваешь… Ну и, разумеется, еда: на экране то и дело разлетаются тонкие полосочки лимонной цедры, выдавливается нежный белый крем, идет пар от равиоли, прозрачно блестят красные ягоды.

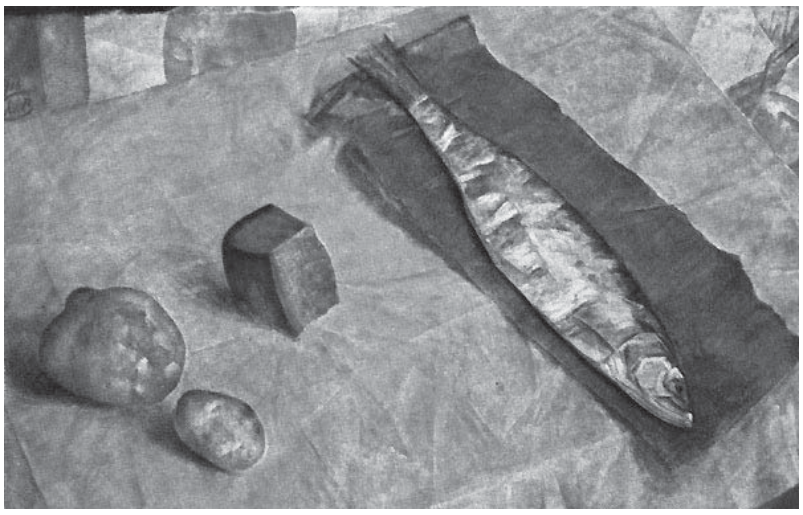
Также особую роль в фильме играет музыка: она удивительно органично сопровождает видеоряд и создает настоящую глубину и чувственность — саундтрек состоит из композиций таких музыкантов, как Кит Джаррет, Стив Райх, Дэвид Дарлинг и Арво Пярт.

Наверное, неслучайно актеры, сценарий и сама картина были отмечены всевозможными номинациями и наградами, такими как премия Гойя за лучший европейский фильм. «Неотразимая Марта» оставляет тонкий привкус счастья и гармонии, как блюдо талантливого и по-настоящему свободного кулинара.

Елизавета ЗАБЕЛИНА

Истина в еде

Питер Класс «Завтрак с ветчиной»



К. Петров-Водкин «Натюрморт с селедкой»

Помню, когда мне было лет пять, я ходила в школу раннего развития. Там я впервые в жизни увидела картины, конечно, тогда я не знала их автора или названия стиля, в котором он работал. Но я точно помню, что это были пейзажи, ставшие потом моим любимым жанром благодаря своей эстетике. Но чем больше я увлекалась живописью, тем чаще я видела красоту в простых, повседневных вещах. Во многом в этом мне помог жанр натюрморта, в буквальном переводе — «мертвая природа». Уже в самом названии отражена его суть, которая состоит в изображении неодушевленных предметов. Его также называли «тихая жизнь», подчеркивая нечто домашнее и уютное, присущее миру вещей. Особенно мне нравятся «малые голландцы», названные так из-за непритязательности сюжетов и малых размеров картин. В их натюрмортах сочетались утонченность взгляда с острым чувством красоты: она видится даже в самом будничном явлении. Мелкофигурность и тщательная проработка деталей — еще одна отличительная черта голландских натюрмортов. Картины воспринимались заказчиками, как предметы интерьера или украшения. Поэтому чаще всего на полотнах изображали богато убранный стол, уставленный изысканными блюдами, фруктами или цветами. Одним из самых характерных натюрмортов того периода можно считать картину Питера Класса «Завтрак с ветчиной». С точки зрения техники живописи, это произведение почти идеально, оно реалистично, все в нем прописано до мельчайших подробностей. На первый взгляд, картина очень проста — бокал вина, бекон, персики, грецкие орехи, — но расположение всех предметов тщательно продумано. Например, композиционным центром можно считать ветчину — ведь это один из самых дорогих продуктов того времени, и далеко не каждый мог себе его позволить. К тому же все изображенные предметы несут аллегорический смысл: ветчина — символ обжорства, бокал — бренности бытия, персики — нежности, несколько орехов в скорлупе — души человека, скованной грехом. Позднее Голландия наладила торговлю со странами Дальнего Востока, и в лавках стали появляться восточные специи, китайский фарфор, шелк и другие экзотические товары. Натюрморты же стали более роскошными и богатыми, а символизм картин уступил место наивному созерцанию. Мне кажется, можно говорить, что натюрморты являются чем-то вроде картины эпохи, отражающей жизнь людей. Подтверждением этого можно считать натюрморты К. Петрова-Водкина. В его творчестве отразилась переломная эпоха, свидетелем которой он был: Первая мировая война, революция, Гражданская война. Полотна этого художника всегда выразительны до предела, в них немного деталей, но много чувства и глубокого смысла. Картина «Натюрморт с селедкой» датирована 1918 годом, годом тяжелого послереволюционного времени, и отражает сложную жизнь людей той эпохи. Натюрморт донельзя аскетичен: поверхность стола, застеленная мятой тканью, под ней видна еще одна картина художника, более раннего периода. На пронзительно ярком куске материи лежат две сгнившие картофелины и краюшка черствого хлеба — полагающийся продовольственный паек во время Гражданской войны. Центр полотна — блестящая, масляная селедка, олицетворяющая собой известный символ Христа. Натюрморт Петрова-Водкина, вопреки нерадостному содержанию, нарисован сияющими, светлыми красками, которые также несут определенный смысл. Пурпурный цвет скатерти и синий цвет салфетки, которая находится под селедкой, являются одними из основных атрибутов изображения Богоматери. А все предметы изображены таким образом, что в первую очередь мы видим их красоту, и любование помогает забыть о холодном и неустроенном быте, заставляет поверить в светлое будущее. Вопреки мнению о том, что натюрморт — простой жанр, не несущий в себе особого смысла, живописцы утверждают обратное, показывая нам, что мир вещей отражает быт людей, и значит, с его помощью можно составить мнение о целой эпохе.

София КОСОНИНА

Адрес: 191011, Санкт-Петербург, Невский пр.,39, Главный корпус, комната 315
Тел. 314–9991

Издание газеты за счет субсидий из бюджета Санкт-Петербурга на выполнение государственного задания, за счет средств от приносящей доход деятельности

Распространяется бесплатно

Газета зарегистрирована Северо-Западным Региональным управлением Комитета Российской Федерации по печати. Рег. № П1867 от 16.02.96

Учредитель:
Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных

Редакторы выпуска:
Оксана ПОЯСКОВА
Варвара КРОЗ

Технические редакторы:
Александра МОСТОВАЯ
Оксана ПОЯСКОВА
Варвара КРОЗ

Дизайнер:
Илья ПЕТРОВ

Заведующий информационной полосой:
Маргарита БОБРОВИЧ

Корректор:
Дарья ПАВЛОВА

Все материалы номера написаны учащимися Школы журналистики Санкт-Петербургского городского Дворца творчества юных.

Руководитель, главный редактор:
Светлана Николаевна КАРПОВА

Время подписания в печать:
по графику – 19.03.2013, 14:30
фактическое – 19.03.2013, 14:55

Печать в типографии:
ООО «Фирма "Алина"»
197101, Санкт-Петербург, Петроградская наб., д. 34, к. Л.

Заказ №100

Тираж 1000 экз